S'il existe une différence fondamentale dans l'alimentation des nobles et des paysans, des ruraux et des urbains, on constate que certains points communs résident dans les goûts de tous.

Tout d'abord l'attrait des épices. On nomme épice (au féminin) tout ingrédient qui modifie ou améliore un plat ; le poivre, le safran, le clou de girofle, mais aussi les amandes, l'oignon ou le sucre. Mais, fondamentalement, se sont le gingembre, le safran, les cannelles (cannelle ou synamone) et le clou de girofle qui restent les épices les plus utilisés.

Ces épices vont à la fois servir à agrémenter un plat, mais aussi à marquer un statut social.
Par exemple, le poivre, épice chère mais courante, va disparaître des ingrédients destinés aux tables noble, au profit du poivre long et de la graine de Tehen, plus lointaines et plus onéreuse.

Les épices entrent dans la composition de tous les plats, y compris certains « desserts », tarte aux pommes ou fraisée, gâteau aux fraises et au safran.
On agrémente aussi certaines siffan d'épices ; le fameux *verre des lunes* utilise de cinq à sept épices différentes.

Mais l'utilisation des épices se fait de manière très étudiée ; Non pas comme on pourrait le croire, pour « masquer le début de putréfaction des mets », mais réellement par goût ; pour preuve, la précision avec laquelle les rédacteurs des ouvrages de cuisine les plus réputés de Pôle décrivent les épices utilisées, voire les quantités. Toutes ces épices vont, harmonieusement mélangées, donner une saveur précise à chaque plat.

La cuisine offre les mélanges de saveurs les plus élaborés. Notre palais et notre langue savent reconnaître aisément les quatre saveurs. Quant à la gastronomie, elle nous donne le choix entre huit, voire neuf saveurs, chacune d'elle étant dédoublée. Par exemple, lorsque l'on incorpore à un plat du sucre, on obtient une saveur sucrée, alors que lorsqu'on ajoute du miel on obtient une saveur suave. On a donc deux fois quatre égale huit saveurs, la neuvième étant l'âcre ou saveur poivrée.

Enfin, la gastronomie est une cuisine de couleurs. Chaque sauce, chaque met doit avoir une couleur qui permet son identification. Le blanc s'obtient avec les aulx (pluriel du mot **ail**) ou le gingembre, le jaune grâce aux œufs ou au safran, le vert par l'adjonction d'herbes, le tournesol donne le rouge, car comme tout bon cuisinier, les gastronomes cherchent aussi le plaisir des yeux.

Le foyer

Il existe, une fois de plus, une différence entre les foyers des maisons populaires et des maisons bourgeoises.

Dans le premier cas, on retrouve un foyer unique, généralement délimité, soit par une bordure de pierres, soit creusé dans le sol, de petite taille qui sert à la fois à la cuisson des aliments, mais aussi à chauffer l'unique pièce composant l'habitation. Quant à la cheminée, apanage des maisons Nobles et bourgeoises, elle reste exceptionnelle dans les habitations populaires.

A l'inverse, dès que l'on étudie les lieux de vie des classes aisées, on note qu'un espace plus grand, pouvant atteindre deux mètres et plus de long, est réservé au foyer culinaire. De plus, d'autres pièces servant au coucher ou à vivre, possèdent dans certains cas des foyers, là aussi circonscrits et dotés le plus souvent d'une cheminée, dont l'usage est exclusivement réservé au chauffage.

La plupart des paysans font usage du four banal pour faire cuire leur pain, et les citadins achètent le leur chez le boulanger, le panetier ou font appel au fournier pour cuire la pâte qu'ils ont eux-mêmes préparés.

Les ustensiles

Parmi les instruments les plus couramment utilisés, on trouve en premier lieu les trépieds, généralement en fer et de divers diamètres et de différentes hauteurs, qui permettent de soutenir les pots. Dans le cas où le foyer possède une cheminée, on peut aussi remarquer l'usage fréquent de la crémaillère. Dans tous les cas, ces instruments permettent une cuisson plus ou moins forte des mets préparés, le feu étant constamment gardé à puissance égale.

Dans certain cas, on peut aussi remarquer une sorte de cercle de fer, suspendu au toit par trois chaînes, qui remplace à la fois la crémaillère et le cercle du trépied.

Le pot, sous toutes ses formes, est l'ustensile le plus fréquemment utilisé : qu'il soit sphérique ou cylindrique, quelle que soit sa contenance, il sert à la fois à la cuisson des aliments, à la conservation des mets préparés et au stockage des matières premières. Souvent fabriqué en terre, matière peu onéreuse et donc facilement renouvelable, il peut être pourvu d'un bec et par conséquent servir à la conservation des liquides, eau, huile, vin.

On note l'existence d'instruments en métal. Il peut s'agir simplement de fer, de cuivre, plus rarement de bronze, mais très souvent décorés.
Dans le cas des pots, ils servent aux cuissons longues ou aux premières fritures. Mais il peut s'agir de poêles, ou paelle, à longues queues, de petits poêlons servant à la préparation de sauces ou de mets en petite quantité.

Dans les maisons possédant une cheminée, on trouve les tournebroches, servant à la cuisson des pièces de viande ou de poisson, généralement pourvus de lèchefrites qui permettent de recueillir les graisses animales.

D'autres ustensiles, moins souvent utilisés, sont parfois présents dans les cuisines : les moules à pâtisseries, à tarte ou à dariole, les fers à gaufres, grilles servant à " haler " le pain. On trouve aussi des passoires, des écumoires servant à filtrer et à égoutter et de longues cuillères à servir.

La pierre est très peu utilisée pour la fabrication des ustensiles, car ce matériau est lourd et dans bien des cas peu résistant, à l'exception des mortiers lorsqu'ils ne sont pas réalisés dans un métal noble. Cet instrument, que l'on trouve dans toutes les maisons, sert à broyer les plantes aromatiques, l'ail, l'échalote ou les épices, pour ceux qui peuvent en acquérir.

Quant au bois, il ne sert qu'à la confection de récipients destinés à la conservation des aliments, au mortier ou à la réalisation de cuillères permettant de remuer, l'usage de ce matériau au feu étant proscrit.

L'espace culinaire

Extrêmement variable d'une habitation à une autre, les lieux qui servent à l'élaboration des mets dépendent de l'importance du repas dans le groupe social.

En milieu rural ou pauvre, l'unique pièce chauffée, qui sert à la fois à la préparation et à la cuisson des plats, à la prise des repas et au coucher ne comporte que très rarement de réserve alimentaire séparée, quelques étagères disposées dans la même pièce tenant lieu de réserve.

A l'inverse, certaines grandes demeures noble possèdent de nombreuses pièces, dont les caractéristiques de température, d'hygrométrie et de luminosité sont telles, qu'elles permettent, à chaque ingrédient, des conditions optimales de conservation.

Plus généralement, attenant au lieu où la cuisson des aliments est effectuée, on trouve une pièce tenant lieu de réserve où sont stockés à la fois les matières premières et les instruments servant à l'élaboration des plats. De temps en temps, une cave sert à la conservation du vin, mais aussi de l'huile et des graisses.

Dans certains cas, particulièrement en milieu urbain, on trouve une deuxième réserve servant à stocker les instruments les moins utilisés, telles les tréteaux et les tables de fêtes, parfois même une troisième resserre où sont stockés les ingrédients de valeur tels les épices rares et la vaisselle de table.

La vaisselle

Avant même de débuter le repas, l'usage veut, quel que soit le milieu social, que l'on se lave les mains. L'ablution se fait selon son statut, soit dans un baquet commun, pour les plus démunis, soit à l'appel du serviteur préposé à cette fonction, qui utilise une aiguière, sorte de cruche à long col et un bassin servant à recueillir l'eau.

Les nappes, faites généralement en lin et parois brodées, sont l'apanage des classes aisées, et la serviette de table, même si son usage se répand plus rapidement dans la bourgeoisie que dans la noblesse, est réservée au nanti.

Les ustensiles individuels sont peu nombreux ; le couteau qui tient éventuellement lieu d'arme permet de couper le pain et les viandes, la cuiller sert à manger les potages et tous deux se retrouvent dans toutes les classes sociales. La fourchette est inexistante.

Le gobelet ou la coupe à boire est aussi très répandu, présentant un caractère individuel dans les couches les plus aisées, les plus pauvres partageants une coupe pour toute la famille. Les matériaux qui composent cet ustensile sont très variés : du simple bois creusé dans les campagnes au gobelet en étain ou en argent serti de pierres précieuses dans la haute noblesse, voir en verre pour les plus fortunés.

Les tranchoirs, servant à découper les aliments présentés sur la table, sont en étains, en argenterie ou plus simplement en bois, voire d'une sorte de pain à croûte dure et sans mie que les convives se partagent à deux comme le gobelet.

Lors des repas, il est d'usage de présenter les aliments sur des plats, en métal ou en bois. La plupart sont simples, de diverses formes s'adaptant au nombre de convives et aux mets servis, mais dans certains cas, ils sont assortis à l'ensemble de la vaisselle ou prennent diverses formes, tel des nefs ou des animaux à plumes tels que hérons, paons ou grue.

L'importance des instruments liés à la cuisine, à son élaboration ou la consommation des aliments est telle, que l'on peut très précisément déterminer les différents modes d'alimentation des classes sociales quelles se situent en milieu rural ou urbain.

Quelle que soit sa place dans la société, les individus se retrouvent autour du foyer, qu'il serve à la cuisson ou uniquement à réchauffer pour partager ensemble les mets restaurateurs.

Exemples de plats

Diatrima à la cannelle

Cuissés vostre diatrime en eaue et vin, ou autre grain, et des peciés par quartiers, et friolés ; prennés almendes toutes seiches, et cuisés sans peler, et de canelle grant foison ; broiés, coullés, et deffaites de vostre boullon du buef, et bouillés bien avesque vostre grain, et du vertgus ; et prennés gingembre, girofle, graine de paradis et soit liant.

Despeciez vostre diatrime ou autre char, puis la cuisiez en eaue et mettez du vin avec, et friolez : puis prenez les amandes crues et séchées à toute l'escorce et sans peler, et canelle grant foison, et si broyez très bien, et deffaittes de vostre boullon ou de boullon de beuf, et faites boulir avec vostre grain : puis broyez gingembre, girogfle et graine, etc., et soit liant et sor.

<u>Ingrédients</u>

1 diatrima à bouillir
2 litres environ de court-bouillon
50g de beurre ou de saindoux

Pour la sauce :
100g d'amandes en poudre
1 cuillerée à café bien pleine de cannelle en poudre
1 pincée de gingembre
2 clous de girofle broyés
les graines de 4 ou 5 gousses de cardamome
le jus d'1/2 citron
¼ de litre du bouillon du diatrima

<u>Préparation</u>

Faites un diatrima au pot comme il est indiqué dans la recette du diatrima au pot à la sauce au cumin.

Faites ensuite dorer les morceaux dans du beurre ou du saindoux.

Pour la sauce :

Dans une casserole, mélangez 100g d'amandes en poudre, les épices, le jus de citron, mouillez avec le bouillon de diatrima, salez.

Faites cuire doucement en remuant jusqu'à ce que la sauce soit à consistance de crème légère.

N.B. : Vous pouvez servir cette sauce avec un diatrima rôti (sans qu'il soit préalablement bouilli).

Gronouille farcie au polac

Ingrédients

1 gronouille vidée.
fressure de polac c' est à dire l'ensemble compose du foie, cœur, poumons.
250 gr de rognons de polac.
sel et poivre.
3 oignons.
500 gr de farine d'avoine, grosse mouture.

Préparation

Laver soigneusement la gronouille, la retourner comme un gant et gratter proprement l'intérieure. Laisser tremper toute une nuit dans de l'eau salée.
Laver la fressure et le gras, plonger dans de l'eau bouillante salée et laisser cuire à petit feu pendant deux heures. Retirer de l'eau, enlever les cartilages et la trachée-artère, puis hacher le tout menu au couteau.
Epluchez les oignons, les faire blanchir dans de l'eau bouillante et les passer aussi au hachoir. Réserver l'eau de cuisson. Dans une poêle, griller lentement la farine d'avoine jusqu'à ce qu'elle soit bien croustillante. La avec les autres ingrédients, ajouter un peu de l'eau de cuisson des oignons et pétrir le tout en masse consistante, mais souple. Introduire cette farce dans la gronouille pour la remplir au 2/3 environ. Bien évacuer l'air et, le cas échéant, ficeler au milieu. Piquer plusieurs fois à l'aiguille pour que la gronouille n'éclate pas à la cuisson. Faire cuire doucement pendant trois à quatre heures dans une marmite d'eau bouillante, couvercle fermé. Réserver ensuite au chaud et retirer les ficelles. Servir en tranche bien garnies de beurre et de purée de rutabaga et de pommes de terre.
Voilà, votre gronouille est cuite à point !

Pour le service, il est conseillé d'ouvrir la gronouille encore brûlante, d'en retirer la farce, et de servir les convives directement dans l'assiette.

N.B. : Vous pouvez servir avec de l'alcool de patates.

Bon appétit ! !